

CONTRAT LOCAL DE SANTE SUD GIRONDE

N° Fiche – Action : 3-6

AXE DE L'ACCORD CADRE : Renforcer le pouvoir d'agir des personnes

Objectif B : Rendre accessible une alimentation de qualité et permettre l'activité physique

Pilotes du groupe de travail auquel l'action est rattachée :
Département de la Gironde, Education Nationale, ARS

INTITULE DE L'ACTION :

« Actions de prévention « se nourrir en conscience » pour les futurs et jeunes parents

Maître d'ouvrage de l'action : Maison de Santé de Preignac

Nom du référent : Marlène Géraud, pharmacienne, représentante de la maison de santé de Preignac

Préambule :

L'alimentation et l'activité physique sont deux facteurs-clés de protection de la santé. Une alimentation variée et équilibrée, combinée à une activité physique régulière quotidienne, contribue à une bonne santé physique et psychique. Malgré sa stabilisation sur dix ans, la prévalence du surpoids et de l'obésité reste élevée, ce qui requiert des politiques publiques ambitieuses pour en inverser la tendance et réduire ses effets sur la santé. L'enquête Esteban a également mis en évidence des niveaux d'activité physique encore faibles et une sédentarité élevée chez les enfants en 2015 ainsi qu'une dégradation quasi générale de ces indicateurs au cours des dix dernières années.

Beaucoup d'actions menées portent sur les déterminants individuels. Ici on propose de cibler l'individu dans son milieu de vie, comment accéder à une offre alimentaire de qualité ? et sur les représentations et schémas mentaux liés à l'alimentation qui nous limitent ? et d'agir dans la durée pour plus d'efficacité.

Description libre de l'action

Il s'agit de faire prendre conscience de l'acte alimentaire, des facteurs qui influencent nos choix et nos représentations en matière de consommation alimentaire.

Pour aborder ces aspects avec la patientèle, il semble important qu'une majorité des professionnels de santé de la maison de santé soit formée à ces enjeux de santé, à ces relations entre compétences psychosociales et alimentation de qualité.

Ainsi dans le cadre du projet de santé de la maison de santé, chacun devient en capacité de repérer, d'accompagner selon sa spécialité et de promouvoir la participation à des ateliers spécifiques.

-Des actions de prévention pour les futurs et jeunes parents :

Exemple : prendre conscience qu'on apaise les angoisses avec la nourriture dès le plus jeune âge, ce qui devient ensuite une mauvaise habitude. Donner d'autres clés et outils pour calmer les angoisses du jeune enfant.

-S'ouvrir de nouvelles approches :

Exemple : la sophrologie

Synthèse des techniques orientales de méditation, de yoga et de relaxation, la sophrologie développe la conscience de façon à harmoniser le corps et l'esprit, en chassant peurs et les angoisses

>>objectif général : Compétences Psychosociales et Alimentation de qualité

<p>Objectif intermédiaire et problématique(s) traitée(s) :</p>	<p>-travailler sur les sensations -écoute corporelle par rapport à l'alimentation -approche par la sophrologie pour travailler sur « l'acte en conscience » qui servira tout autant en nutrition qu'en activité physique adaptée</p>
<p>Objectifs opérationnels de l'action qui doivent être évaluables</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Former - Proposer des ateliers aux publics avec une posture éducative - Découvrir de nouvelles approches comme la sophrologie
<p>Indicateurs d'évaluation de processus : <i>comment faire pour atteindre les objectifs ?</i> de résultats : <i>qu'a-t-on obtenu au regard des attentes ?</i> d'impact : <i>quels résultats indirects peut-on espérer ?</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Formation des pro : REPOP, IREPS • Nombre d'ateliers • Nombre de thématiques proposées dans les ateliers
<p>Publics visés selon âges, territoires, sexes, pratiques, situation sociales, communautés, coopérations...</p>	<p>Futurs et jeunes parents du territoire</p>
<p>Types et modalités d'action Ateliers, événementiels, réseaux, orientations, formations, consultations...</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Repérer les jeunes parents par les structures et professionnels en liens avec cette population, - Proposer une formation aux enjeux de santé lors des consultations, avec un accent particulier sur la nutrition, aux professionnels en lien avec le suivi des parents (gynécologues, médecins généralistes réalisant des suivis gynéco, sages-femmes...) > IREPS - Former des professionnels de santé du territoire par le RéPPoP pour favoriser le repérage et l'orientation - Proposer des ateliers sur les thématiques des compétences psychosociales, de la nutrition et les sens dispensés par des professionnels qui pratiquent au quotidien avec l'utilisateur, qui recueillent les difficultés quotidiennes, qui pourra accompagner à construire des réponses adaptées -> diététicienne sophrologue formée en compétences psychosociales par exemple
<p>Moyens de l'action budget éventuel, mise à disposition de locaux ou de personnes, AAP identifiés</p>	<p>Animation ateliers Temps de coordination Frais de fonctionnement Ressources de la maison de santé de Preignac</p>
<p>Localisation de l'action territoires couverts et ancrage sur des activités, des quartiers, des services...</p>	<p><i>Dans un premier temps, maison de santé de Preignac puis ouverture à d'autres réseaux du sud gironde dans le cadre d'un partage d'expériences</i></p>
<p>Mobilisation et participation implication et animation d'acteurs locaux, bénévoles, professionnels, usagers...</p>	<p>Action à construire avec les partenaires du territoire, le RéPPoP (qui peut venir en appui pour la construction), la PMI, la maternité de Langon, les médecins généralistes, les sages-femmes de territoire, les diététiciennes, les assistantes maternelles,...</p> <p>+appui sur des associations qui travaillent sur l'alimentation et le goût « carrément goût » + appui sur des réseaux d'associations qui travaillent sur la problématique « bien se nourrir malgré la précarité » ADAV (gens du voyage)</p>

Temporalités de l'action début et fin, fréquence et durée, caractère pérenne ou expérimental de l'action...	<i>Caractère expérimental</i>
Suivi et pilotage de l'action modalités et processus de suivi de l'action, outils et espaces de pilotage	<i>A définir avec le porteur de projet</i>
Evaluation de l'action modalités d'évaluation de l'action, implication des habitants/bénéficiaires	<i>A définir avec le porteur de projet</i>
Pistes de financement	<i>AAP ARS</i>

Etape d'avancement	Calendrier prévisionnel									
	2019	2020		2021		2022		2023		
		Sem 1	Sem 2	Sem1	Sem 2	Sem 1	Sem 2	Sem 1	Sem 2	
Elaboration de l'action										
Démarrage de l'expérimentation à la maison de santé Preignac et mise en place d'ateliers thématiques pour le public										
Ouverture vers d'autres maisons de santé										